

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гренками 200/10	Калорийность-158	29-73
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-84
150	Картофель пикантный запеченный по-домашнему.	Калорийность-128	35-06
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-975 224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	46-50
200	Каша молочная пшеничная с изюмом и с маслом 200	Калорийность-261	32-79
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
220	Банан *	Калорийность-92	66-79
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками 200/10	Калорийность-158	29-73
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-84
150	Картофель пикантный запеченный по-домашнему.	Калорийность-128	35-06
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 546 373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

20/15/40	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-298	64-98
250	Каша молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	37-94
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
220	Банан *	Калорийность-166	66-79
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-201	37-76
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-84
180/50	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Огурец свежий 180/50	Калорийность-162	70-09
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 942 442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-201	37-76
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-84
180/50	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Огурец свежий 180/50	Калорийность-162	70-09
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-1 004 265-40

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - Семасова

Бухгалтер-калькулятор - _____

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3



Меню Приятного аппетита!

24.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	46-50
200	Каша молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-261	32-79
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
220	Банан *	Калорийность-92	66-79
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-571	149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-84
180/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-162	58-49
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-532	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-201	37-76
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-84
180/50	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Огурец свежий 180/50	Калорийность-162	70-09
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 004	265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-84
180/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-162	58-49
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-532	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками 200/10	Калорийность-158	29-73
235	Жаркое по-домашнему с индейкой	Калорийность-265	91-99
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-615	130-88
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
100	Булочка сдобная с помадой	Калорийность-339	41-57
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-43
170	Апельсин свежий	Калорийность-68	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-475	89-63

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3

Белкина



Меню Приятного аппетита!

24.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Свободный выбор</u>			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-151	45-72
100	Салат из свежих помидоров	Калорийность-157	45-72
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-201	37-76
100	Котлета "Пожарская" 100	Калорийность-266	108-78
90	Котлеты «Полтавские»	Калорийность-440	110-58
180	Картофель пикантный запеченный по-домашнему	Калорийность-158	41-35
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
2	Чай пакетированный без сахара	Калорийность-57	7-18
200	Чай пакетированный с сахаром	Калорийность-57	9-13
200	Чай пакетированный с сахаром и лимоном	Калорийность-59	13-30
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
100	Булочка сдобная с помадой	Калорийность-339	41-36
100	Булочка домашняя	Калорийность-378	38-34

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - *Семасова*

Бухгалтер-калькулятор - _____